

# 妊婦における保健行動の確立と心理的要因に関する考察

— 妊娠中の不安・保健行動形成情報・ストレス対処方略からの影響について —

真 鍋 え み 子  
杉 田 千 鶴 子

## 〔抄録〕

妊娠期の保健行動の確立を促す要因を明らかにするために、妊婦健康診査を受診している妊婦71名を対象に、保健行動実施の意図とその実施状況、妊娠中の不安要因、ストレス対処方略、保健行動形成情報（健康診査の受診回数・分娩準備教室の受講回数）について調査した。

研究Ⅰでは『保健行動実施』と『保健行動意図』をそれぞれ因子分析した結果、その構造が異なっていることが明らかになり、『実施』の方が『意図』よりも因子の命名・解釈が容易で、保健行動に対する態度が明確化していることが明らかになった。研究Ⅱでは『意図』・『実施』の予測要因について検討した結果、『意図』の12.2～49.7%、『実施』の10.7～54.8%が不安要因、ストレス対処方略、分娩準備教室への参加回数、分娩回数によって説明できた。不安要因の中でも、胎児異常への不安や妊娠・胎児への敏感性（心配）が保健行動に影響していることが示された。

ストレス対処方略では、「計画型」が母親像の形成に関する保健行動に影響していた。

キーワード：妊婦、妊婦の保健行動、保健行動意図、妊婦の不安、SCI

## はじめに

態度は、さまざまな社会的行動を予測、説明するための重要な概念であり、特定の種類の対象に対して一定の仕方で反応する傾性である。一般に認知的要素、情緒的要素、行動的要素の3つの要素からなっているといわれる。認知的要素は、態度対象についての信念、情緒的要素は信念に関係する感情、行動的要素は特定の仕方で反応する準備状態である。態度の要素間に均衡が保たれているとき人は快適と感じ、不均衡なばあい不快と感じ、均衡に向かって全体が

構造化されるといわれている(小川他, 1989)。宗像(1996)が保健行動を志向する多様な心理作用の持続的な構えを保健態度と定義してることからも妊婦の保健行動を予測・説明するために態度の概念を用いて考察していく。

保健行動とは、個人または集団の健康の保持・増進のためになる行動あるいは健康上好ましい行動であり、健康の段階別(健康増進、疾病予防、早期発見・早期治療、完全な治療、リハビリテーション)や目的別に分類されている。目的別では、セルフケア行動、コンプライアンス行動、ウェルネス行動の3つに分類される。セルフケア行動(宗像, 1996)は、対象が自らの健康問題を利用しうる身近な資源を活用して解決しようとし、その結果健康についての認識力と実行力を育て、自己解決能力に依拠した行動をとることである。コンプライアンス行動は、医療従事者が患者の健康のために必要と考え、勧めた指示に患者が応じそれを遵守しようとする事、ウェルネス行動は、人間の可能性の個性的実現を目的とした行動である(宮坂, 1993)。

妊娠・分娩・産褥期は、健康段階別には健康増進や疾病予防、早期発見・早期治療の時期に該当し、病気につながる行動を避けたり、予防的措置をとったり、病気の早期発見を行うなどの健康増進行動や予防的保健行動をとることが大切である。さらに、目的別の分類からみると、異常や合併症のある場合は、コンプライアンス行動をとることが必要であるがその行動は多種多様である。ウェルネス行動もその人の価値観によって行動は多様で、すべての妊婦が学習したり、実践する必要があるものとして位置づけるのは難しい。一方、セルフケア行動は、異常や合併症の有無に関わらず、適切に実践することが望ましい。本研究では、妊婦のセルフケア行動を妊娠中の学習対象と対応させて、妊娠による生理的ニーズ充足のセルフケア、心理・社会的ニーズ充足のセルフケア、安全のニーズ充足のセルフケア、分娩準備、母親役割獲得の準備行動にわけた(表1)。

親になることに伴う人格的な発達に関する研究を要約する。母性意識の発達変容についての研究(大向日, 1988)では、母親役割の受容に対する意識は積極的・肯定的なことが認められたが、母親であることが自分のすべてだとする意識は弱く、肯定的な受容の背景に母親になったことによる人間的な成長という判断の存在を指摘している。柏木・若松(1994)は、親となることによる人格発達として、「柔軟性」「自己抑制」「運命・信仰・伝統の受容」「視野の広がり」「生き甲斐・存在感」「自己の強さ」の次元を抽出し、父親に比べ母親の変化が大きいことを示している。また、乳幼児を持つ母親の心的特性に関する研究(渡部他, 1996)では、人格的成熟を「自己の強さ」「社会的関心」「自己抑制」「運命・信仰の受容」「子どもへの関心」の5つの因子で捉え、親としての経験は、職業や社会的活動などと並んで成人の成長発達を規定する重要な要因のひとつであることを明らかにしている。これらの研究では親になることによって人格的な成熟が促されることが指摘されており、親になることは、職業上の役割と並んで成人期以降長期にとり続ける役割でもあり、生涯発達の点から考えても意義深いことがわか

る。これに関しては、一連の研究の中で、社会的性役割規範に関する調査を行ったが、未分析であるためいずれ保健行動との関連を検討していくことになる。

次に、本研究の対象である妊娠期の情緒的な側面について考えてみる。グローガー-ティペルト (Gloger-Tippelt, G., 1983) は、はじめての妊娠によっておこる心理的・社会的・生物学的な変化の過程を①混乱期②適応期③焦点期④予期・準備期の4段階にわけている。混乱期(妊娠12週まで)は、身体的・精神的に急激な変化を起こす。心理的には今までとは違ったアイデンティティの形成を迫られ、「自分自身の意味の変化」に直面する。適応期(妊娠12～20週)は、妊娠による心身への衝撃はうすれ、自分が妊娠しており母親になるのだという現実に適応してくる安定した時期である。焦点期には、胎動を通して子供の存在をより強く意識される時期である。予期と準備期(妊娠28週以降)は、出産や分娩後の子どもとの接触を想像し、出産や子育てについての情報を集めるなど具体的な準備をする時期である。また、カプラン (Caplan, 1984) は、妊娠期を均衡のとれていない期間として妊婦の情緒的な変化から次の3期に分類している。妊娠初期(妊娠15週まで)は、内分泌環境の変化が著しく、情緒的に過敏になる。気分が昂揚したり沈んだりと非常に早く気持ちが変わる。また、妊娠していることについて幸福や期待・歓喜や興奮を経験する一方で、「出産にふさわしい時期か」、「子どもを産む準備ができていいのか」と不安や当惑を感じるなどアンビバレンスの状態にある。妊娠16～27週は、グローガーのいう適応期、焦点期に相当し、身体が内分泌環境の変化に適応するとともに、妊婦自身が妊娠の現実にも適応する時期である。胎動の自覚によって幸福感に満たされ、自己陶酔的な状態、内向性や受容的な傾向がみられる。妊娠28週以降は、腹部の増大が著明となり、分娩の接近を予期するにつれて、分娩への関心が大きくなるとともに、分娩への不安感も高まる。腹部の増大にともなうボディイメージの変化や動作が不自由になることを余儀なくされる。実際、妊婦の心理状態はこのように明確ではないが、妊娠期は腹部の増大といった身体的な大きな変化とともに、自己への新たな意味づけが要求される時期であると考えられる。また、バーバラ M. ニューマン (Barbara M. Newman, 1984) らは、子どもを産むという決断にまつわる心理的成長について書かれている文献はほとんどないと指摘し、この決断は個々の大人によってそれぞれ異なってなされる独特で重要な人生の選択であり、成人前期をとおして、生殖という問題に一度ならず直面せざるをえないと述べている。また、「新生児に対する予想、準備、計画などにおいて経験される興奮と対照的に第1子出産は結婚生活に新しいストレスをもたらすことも多い。赤ちゃんの登場は、子どもの育児についての考え方や適切な子どもの養育についての考え方などについて、夫婦間に新たな葛藤を引き起こす。こうしたストレスの時期を乗り越えるということは、夫婦の絆を強めることにもなる。さらに両親としての役割を明確に認識し、家族構成が複雑になったことについて重荷としてではなく新しい課題として評価するようになる。」と指摘していることから妊娠期は母体にとってストレスフルな状態であることが窺える。このような妊娠期を乗り越え、出産や育児期に、より良い心身の状

態をもたらし、さらに母親としての人格的な成熟が促されるためには、妊婦自身がセルフケア能力を向上させ有効に保健行動を実践することが必要である。また、このような妊娠期のストレスフルな状態をいかに克服するかについては、ストレスコーピングイベントリーを用い、保健行動との関連について分析した。

妊娠期の保健行動の実施に関わる要因を明らかにすることは、妊婦の保健行動の獲得過程における保健指導や援助方法を探る一助となることや、諸条件を調整することにより保健行動の実践が期待でき、妊娠中毒症や早産などの妊娠中の異常の発生や低出生体重児の出生が予防でき、心身共に健全な子どもの誕生につながる。さらに妊娠期の保健指導や産前教育のシステムを開発・調整する上での基礎的データを提供し、教育システムの評価基準になる点からも意義があると考えられる。

そこで、妊婦の保健行動の確立に関わる要因として、保健行動実施への動機づけ要因、パーソナリティ要因（自我態度、ストレス克服型）、提供された出産・育児に関する知識情報、妊娠中の不安要因、性役割規範などに関する要因をとりあげ、それらとの関連をみる調査研究を行った。調査は妊娠30週から産後に縦断的に実施し、その時期と内容を図1に示した。

本論文では、研究Ⅰで、妊娠中に学習、保健行動、母親役割獲得のための準備行動をとろうとする意図（1回調査）と出産直後における実際の保健行動実施（3回調査）の構造の違いを明らかにする。さらに妊娠中は、①母体と胎児の健康状態を把握し異常や合併症を早期発見・治療する、②妊娠・分娩・産褥に必要な知識を与えるために母子保健法によって妊婦健康診査の受診回数が定められている（妊娠23週までは4週間に1回、24～35週は2週間に1回、36週以降は1週間に1回）。また、調査を行った病院では、妊娠週数にあわせて4回の母親教室を開催し、妊婦には受講を勧めている（資料1）。これらの受診や母親教室の受講で得られた情報が保健行動の実施にどのような効果的な変化をもたらしているのか、また、パーソナリティ要因であるストレス対処方略が保健行動の実施にどのように影響しているかを明らかにするために、研究Ⅱでは、妊娠中の不安要因（2回調査）、ストレス対処方略（3回調査）、保健行動形成情報と保健行動実施の関連について検討する。

表1 妊婦の学習対象 (内容)

〈セルフケアのための学習〉

①妊娠による生理的ニーズ充足のためのセルフケア  
(妊娠による身体の変化とその変化に対する適切な対処方法)

- 1) 適切な休息と睡眠の大切さやその取り方  
規則正しい生活、疲労時の休憩、安楽な体位、昼寝、適度な運動
- 2) 身体の清潔保持の大切さやその方法  
入浴やシャワー浴、下着の選択、身だしなみ
- 3) 口腔衛生の大切さやその方法  
歯磨き・うがい・甘い物を控えるなど虫歯予防  
歯科検診の受診、歯磨きの方法
- 4) 栄養のバランスの良い食事をとることの大切さやその方法  
食品に含まれる栄養素、規則正しい食事  
栄養のバランスよい食事  
鉄分・カルシウム・蛋白質・ビタミン類の摂取  
摂取カロリーを控える、定期的な体重測定
- 5) 塩分を控えた食事の大切さやその方法  
塩分の摂取を控える  
食品に含まれている食塩の量に関心をもつ
- 6) 順調な排泄 (便秘や下痢予防、頻尿に対する対処) の大切さやその方法  
繊維のある食物・水分の摂取、  
トイレに行く習慣をつける、適度な運動  
尿意を我慢しない、膀胱炎の症状に注意する
- 7) 正しい姿勢を保つことの大切さとその方法  
背筋を伸ばした正しい姿勢  
長時間の同一体位を避ける
- 8) 適度な運動の大切さや妊婦体操の方法  
散歩など適度な運動、妊婦体操
- 9) 下腹部や腰部に力のはいる日常動作を避けることの大切さとその方法  
重い物を持つ・高い所の物をとることは避ける  
低いところの物をとるときは膝を曲げる  
自転車に乗らない、起きあがるときの注意  
頻繁に階段を登り降りするのを避ける、  
外出時は時間に余裕をもつ、  
長時間の同一の姿勢を避ける
- 10) 体型や生活スタイルにあった衣類や靴を着用することの大切さとその選択方法  
身体の一部を締めつける衣類の着用を避ける  
靴の選択、マタニティウェアの着用
- 11) 妊娠に伴う皮膚の変化 (色素沈着・乾燥傾向・過敏性) やその対処方法  
化粧の仕方
- 12) 妊娠中の sex 時に腹部への負担を避けることの大切さとその方法

②心理・社会的ニーズ充足のためのセルフケア

- 1) 妊娠中の情緒的変化とその変化に対する適切な対処方法  
情緒的変化について夫や家族に理解を求める  
明るく前向きな気持ちをもつ、気分転換  
家事と育児の調整・支援を求める  
実家・親戚・友人へのサポートの依頼
- 2) 妊娠に関する社会的資源の紹介とその活用方法  
母子健康手帳交付の手続き  
定期健康診査・検査の公費負担制度の利用  
母親教室や両親学級への参加  
職業をもっている場合は、職場での母性の保護  
規定に関心をもつ、仕事の調整、時差出勤、産後の仕事の復帰計画
- 3) 胎児に話しかけることの大切さ  
名前やニックネームで胎児に話しかける  
おなかをさする

③安全のニーズ充足のためのセルフケア

- 1) 妊娠経過、胎児の成長・発育についての知識  
身体の変化・胎動の自覚に注意  
胎児の成長・発育の状況について知りたい
- 2) 定期健康診査を受診することの必要性和その時期  
妊婦検診の受診、受診のための時間調整
- 3) 母児の健康や妊娠経過に影響を及ぼす要因、妊娠中の異常 (特に妊娠中毒症や流産) と早期発見の必要性  
異常症状 (出血、腹緊、浮腫、頭痛など) に注意し、症状出現時は受診する
- 4) マイナートラブル (つわり、胸やけ、下腹部痛、腰痛、痔、下肢のけいれん、静脈瘤など) の予防・軽減のためのセルフケアの方法  
不快症状の出現に注意する  
症状の自覚時は軽減するように気をつける
- 5) 妊娠中の服薬の注意  
自己判断で薬を飲まない
- 6) 禁煙 (または節煙) の必要性
- 7) 多量の飲酒を控えることの必要性
- 8) 外部からの刺激から胎児を守ることの大切さとその方法  
腹帯の着用、腹部の保温、転倒予防  
生活環境 (大気汚染、騒音、振動など) への注意、  
人混みを避けるなど感染症の予防

〈分娩準備のための学習〉

①分娩期における生理的ニーズ充足のため (安全であり楽な分娩のための準備学習)

- 1) 身体の構造や分娩のメカニズムについての知識  
分娩に関する知識の獲得、分娩開始徴候に注意、  
病院への連絡方法と交通手段の確認
- 2) 分娩時の不快症状の対処方法や産痛の緩和方法  
呼吸法・リラクゼーション法の練習と習得

②分娩における心理・社会的ニーズ充足のため (満足できる分娩のための準備学習)

- 1) 満足できる分娩のための準備学習  
分娩場所の選択  
分娩時の希望について助産婦や医師と話す  
理想の分娩のイメージを抱く  
出産の経験者の話を聞く
- 2) 分娩や入院に必要な物品について

〈母親役割取得のための学習〉

①母親像形成のための学習

- 母親像・親の役割・育児の方針について考え、  
夫や家族と話しあう、乳幼児のいる母親と交流する  
赤ちゃんの名前を考える

②母親役割に伴う知識と技術の学習 (育児準備のための学習・母乳哺育の準備のための学習)

- 1) 育児の準備について  
新生児に関する知識の獲得  
育児用品の準備・赤ちゃん用品の手作り  
家の環境整備、沐浴やおむつ交換の練習
- 2) 上の子がいる場合は、兄弟の対抗意識に關しての知識や対処の仕方  
赤ちゃんが産まれることを上の子に理解させる、上の子の態度に注意  
上の子にも赤ちゃんの世話の手伝いをさせる
- 3) 乳房の手当ての必要性和その方法  
乳房のマッサージ・乳頭の手入れ  
適したブラジャーの着用、乳頭の清潔

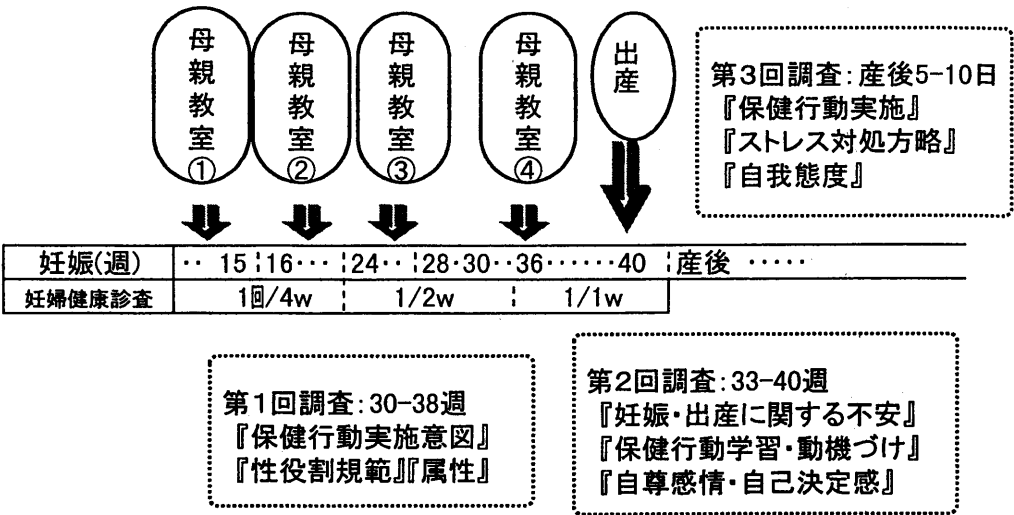


図1 調査内容と時期

調 査

〔研究目的〕研究Ⅰ：妊婦が保健行動をどの程度実践しようと思っているのか、その行動準備体制である『保健行動の意図』と実際の『保健行動実施』についてそれぞれの構造を明らかにし、またその違いについて考察する。

研究Ⅱ：保健行動に影響を及ぼす要因として妊娠中の不安要因、ストレス対処方略、保健行動形成情報をとりあげ、それらと『保健行動の意図』と『保健行動実施』の関連について検討する。

〔方法〕

- 1) 調査対象 京都市内の医科大学附属病院で妊婦健康診査を受診し、正常な妊娠経過にあり、研究参加に同意の得られた妊婦71名。その概要を表2に示した。

表2 対象の属性・分娩の状態

年齢	平均 $30.2 \pm 3.5$	
20-24 (歳)	1	1.4 (%)
25-29	38	53.5
30-34	27	38.0
35-39	10	14.1
-----		
分娩回数		
1回	35	49.3 (%)
2回	21	29.6
3-5回	15	21.0
-----		
在胎週数		
32-36 (週)	3	4.2 (%)
37-41	66	92.9
42	1	1.4
不明	1	1.4
-----		
分娩様式		
経陰分娩	50	70.4
帝王切開	21	29.6

2) 調査方法・手続き 第1・2回調査は、被調査者が外来診察を待っている間、第3回調査は出産後の入院中（産後5～15日）に質問紙を渡して回答を依頼した。

3) 調査期間 平成9年7月20日～10月30日

4) 質問紙の内容

①個人背景要因 個人背景要因として、年齢、同居家族数、職業、分娩回数、人生設計の中で今回の妊娠を予測していた程度、分娩前準備教室の受講状況、不妊治療の有無を尋ねた。

②『妊娠・出産・育児に関する不安（自信）』（資料2-1～3） 妊娠中の自信・不安感を測定するための質問紙で文献検索（村松，1962，菊川他，1974，花沢，1991，小林，1994，渡邊ら，1997）を基に35項目、5段階評定の質問紙を作成した。不安の水準が低いほど評定点が高くなる。因子分析（主成分分析・バリマックス回転）により8因子を抽出（累積寄与率は67.2%）し、尺度の作成を試みた。第6尺度の $\alpha$ 係数0.599，第7尺度0.686であったので項目番号26と31を除き尺度を作成した。資料2-3）に示したように $\alpha$ 係数の高い第1～8尺度を採択した。

③『保健行動の意図』・『保健行動実施』（資料3） 『保健行動の意図（以下、意図）』は妊娠中の保健行動に対して、妊婦がどの程度実践しようと思っているのか、行動準備体制を尋ねた。『保健行動実施（以下、実施）』は妊娠中に保健行動をどの程度実践できたかを、妊婦の自己評価から測定した。『意図』・『実施』ともに妊婦の学習対象に対応させて質問項目を作成した。質問項目は99項目で、回答様式は、「非常に思う：5」から「全く思わない：1」の

5段階評定法である。質問内容の検討は、臨床経験が15年以上の助産婦3名が行った。行動意図の水準・行動実践の評定が高いほど評価点が高くなるようにした。

④『ストレス対処方略』 Lazarus, R.により開発された「対処様式測定法」の日本版「ストレスコーピングイベントリー（SCI）」の64項目を用いた。計画型、対決型、社会的支援模索型、責任受容型、自己コントロール型、逃避型、隔離型、肯定評価型の8下位尺度から構成され、問題が起きたときにどのような対処をする傾向があるのか、それがどれほど固定しているか測定できる。

⑤『保健行動形成情報』 妊娠中の受診回数、分娩準備教室への参加回数を用いた。

### 〔結果〕 研究Ⅰ：『保健行動の意図』と『保健行動実施』の構造とその違い

#### 1) 『保健行動の意図』の因子構造（表3）

妊娠中の学習・保健行動実施の意図99項目について、因子分析を行った。主成分分析法により、固有値2.9以上の9因子を抽出し、バリマックス回転を施した。各項目がいずれかの因子に.32以上の因子負荷量を示し、累積寄与率は57.9%であった。第1因子は、寄与率20.6%で“60)超音波で胎児の様子を見たい”や項目62), 61), 59)に高い因子負荷量が認められることから「安全欲求充足のセルフケア：胎児の成長・正常な発育」因子；第2因子は、寄与率10.2%で“28)毎朝、トイレに行く習慣をつけよう”“88)親としての役割について夫婦で話しあおう”などから「生活習慣・身だしなみ、出産イメージ・母親像の形成」因子；第3因子は、寄与率5.7%で“14)食品中に含まれる栄養素に関心をもとう”や項目19), 15), 16)などから「食生活に関するセルフケア」因子；第4因子は、寄与率4.4%で“39)外出時は時間に余裕を持とう”や項目36), 38), 46)から「生活の仕方に関するセルフケア：日常生活動作・腹部への負担を避ける・社会資源の活用」因子；第5因子は“96)沐浴やおむつ交換の練習をしよう”や項目96), 92), 54)から「育児情報や技術の獲得」因子；第6因子は“93)育児用品の準備をしはじめよう”“85)入院に必要な物品の準備をしはじめよう”などの項目から「出産準備」因子；第7因子は“37)頻繁に階段を登り降りするのを避けよう”“49)読書などをして気分転換を図ろう”などから「胎児を守るための日常生活動作・気分転換」因子；第8因子は“99)入浴時に乳頭をきれいにしよう”“10)何か食べた後は、うがいをしよう”などの項目から「感染予防・授乳のための清潔維持」因子；第9因子は“4)昼寝をしよう”や項目2), 3)から「休養」因子と命名した。

『意図』は、学習対象に対応させて5因子を想定していた（表4-1）。〈安全のニーズ充足〉は第1因子にまとまった。〈生理的ニーズ充足〉、〈心理・社会的ニーズ充足〉、〈母親役割獲得の準備〉の項目は、いずれの因子にも高い因子負荷量を示した。したがって、妊婦は、心理的な欲求を充足させるためのみに保健行動をとろうと考えているのではなく、妊娠にともな



う生理的な変化に適応するために日常生活の調整をしたり、新生児を迎えるための準備をすることによって心理・社会的ニーズも充足されることが推測できる。第1因子として「安全欲求充足のセルフケア」因子が抽出されたことから、胎児の成長・正常な発育を願い、保健行動を実践しようと思っている妊婦の姿が窺える。

## 2) 『保健行動の実施』の因子構造 (表5)

妊娠中の学習行動・保健行動の実施に関する妊婦自身の自己評価99項目について、因子分析を行った。主成分分析により、固有値2.6以上の10因子を抽出し、バリマックス回転を施した。各項目がいずれかの因子に0.244以上の因子負荷量を示し、累積寄与率は57.7%であった。第1因子は、寄与率21.6%で“15) 栄養のバランスを考えた食事”や項目14), 22), 26)に負荷量が高いことから「食生活・運動・体重のコントロール・乳房の手入れ」因子；第2因子は、寄与率6.2%で“64) 出血・おなかの張りなどの症状に注意”や項目77), 65), 67), 61)から「異常の予防・胎児の発育の確認・出産準備」因子；第3因子は、寄与率5.9%で“87) 理想とする母親像について夫や家族と話しあう”や項目88), 89), 86)から「母親像の形成」因子；第4因子は、寄与率4.7%で“39) 外出時は時間に余裕をもとうと心がける”や項目35), 36), 38)から「日常生活動作の調整・腹部への負担の軽減」因子；第5因子は、寄与率4.1%で“95) 赤ちゃんを迎えるのにあたり家の中の準備”“68) 自分の判断で薬を飲まない”から「育児の準備」因子；第6因子は“92) 新生児に関しての育児書や雑誌を読む”“80) リラックス法の練習”などから「出産・育児に関する知識の取得」因子；第7因子は“47) 妊娠中の気持ちの変化について夫や家族に説明し理解を求める”や項目50), 51)から「精神的な安定・気分転換・家族へ支援を求める」因子；第8因子は“72) 腹部を冷やさないように注意”や項目71), 73)から「腹部の保護」因子と命名した。第9因子は解釈が困難であったため除外した。第10因子は“55) 名前やニックネームで赤ちゃんに話しかける”“12) 歯科検診の受診”などから「口腔衛生・胎児との愛着形成」因子と命名した。

『保健行動の意図』と同様に5因子を想定していた(表4-2)が、〈生理的ニーズ充足〉が第1, 3, 4, 6因子の4つにわかれた。〈心理・社会的ニーズ充足〉は、ほぼ第7因子の「気分転換・家族へ支援を求める」にまとまったが、第5, 8, 10因子にも高い負荷量を示していることから、育児の準備、腹部の保護に関する行動を実施することによって心理・社会的なニーズも充足されることが推測できた。〈安全のニーズ充足〉が第2因子「異常の予防・胎児の発育の確認」と第8因子「腹部の保護」の2側面から構成されていることが解った。〈分娩準備行動〉は第2, 6因子にわかれた。第2因子に含まれた項目は分娩開始徴候に気がつけたり、入院の準備をするなどの具体的な分娩準備行動であるのに対し、第6因子は分娩準備の中でも出産や育児に関する知識面での取得に関する因子であった。また、第2因子は〈安全のニーズ充足〉〈分娩準備行動〉の2側面が融合した。したがって、出産に備えての準備をする

ことにより、安全欲求も充足されることが推測できた。〈母親役割獲得の準備行動〉が1, 3, 5 因子にわかれ、母親役割獲得の準備は、乳房の手入れ・母親像の形成・育児の準備から構成されていることが明らかになった。

### 3) 『保健行動の意図』と『保健行動実施』の因子構造の比較

項目の因子負荷量から、『実施』と『意図』の構造が異なっていることが明らかになった。『意図』では、意味上近い項目がうまくまとまらず、因子の命名と解釈が困難であり、その構造は未分化であった。これに対し、『実施』では因子の命名・解釈がしやすくその構造は具体化した。これは、『実施』では保健行動に対する態度が明確化したためであると考えられる。また、『意図』は、妊娠30～38週の時期に調査しており、出産までに時間があるため調査対象者は、「これから、保健行動を実施しようと思っている」状態であることも推測される。

表3 『保健行動実施の意図』の因子構造

項 目	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	共通性
60 超音波で胎児	.867	-.044	.059	.018	.122	-.050	.013	.077	.030	.783
62 妊婦検診受診	.830	.157	.023	.220	.086	-.033	.123	.022	.117	.802
61 児の動き注意	.782	-.051	.033	.088	-.037	-.042	.001	.237	.006	.684
59 胎児の発育	.762	-.048	.240	.091	.088	.071	-.090	.056	.068	.678
63 受診の時間調整	.756	.054	-.032	.159	.089	.066	.185	-.024	.156	.673
65 出血時受診	.710	.004	.079	.184	-.143	.115	-.064	.318	.078	.691
68 薬を飲まない	.668	.182	-.062	.009	.024	.131	.205	-.166	-.027	.572
64 出血など注意	.666	-.098	.042	.161	-.077	.204	-.143	.153	-.047	.576
66 不快症状注意	.663	.045	.170	.003	.043	.091	.280	.358	.049	.691
77 分娩徴候注意	.656	.064	.256	.230	.089	.097	.105	.049	.002	.584
58 身体の変化注意	.562	.109	.073	.333	.084	.264	-.051	-.031	.098	.535
73 転倒注意	.538	.163	.101	.247	.230	.218	.018	.118	-.214	.549
25 便秘下痢に注意	.529	.172	.478	-.023	.282	-.067	.206	-.050	-.031	.670
57 夫：児をいたわる	.526	.315	-.085	.249	.168	.131	.188	-.020	-.170	.557
67 不快症状軽減	.506	-.033	.342	.219	-.043	.281	.216	.265	-.068	.625
6 入浴を毎日しよう	.461	-.099	.084	.162	-.151	.195	-.384	-.017	-.024	.465
70 アルコール摂取控える	.409	.277	-.028	.231	-.177	-.010	.183	-.202	.056	.408
21 体重測定	.402	.347	.151	.003	.162	-.043	.172	.106	.332	.486
69 禁煙	.365	.221	-.048	.261	-.231	.290	-.118	-.252	-.194	.506
28 毎朝トイレの習慣	.037	.743	.162	.053	.250	-.101	.059	.210	-.081	.710
89 育児の考え方	.092	.675	.174	.092	.300	.147	-.063	-.181	-.092	.661
88 親としての役割	.093	.609	.248	.107	.379	.088	-.010	-.135	-.094	.632
27 水分摂取	.102	.605	.277	-.072	-.035	.068	.016	.119	.050	.482
20 糖分のとりすぎ	.193	.601	.263	-.118	-.035	.000	-.131	-.047	.184	.537
55 児に話しかける	.183	.590	-.012	.041	.316	.068	.118	-.013	.253	.567
11 甘い物の摂取	.045	.575	.325	-.040	-.175	-.178	.042	.166	-.018	.533
45 化粧方法工夫	.198	.571	.155	.080	.050	-.052	.255	.056	.148	.492
13 歯磨き時の注意	.023	.568	.196	.061	-.120	-.322	.240	.171	.316	.671
26 繊維のある食物	.269	.562	.415	-.143	.100	-.070	-.074	-.115	-.081	.622
40 起きる時注意	.277	.545	-.082	.407	.064	.198	.224	.034	.044	.644
50 家事の調整	.137	.518	-.177	.103	-.305	.376	.226	.232	-.088	.678
34 物を拾うとき注意	.172	.504	.137	.146	.136	-.125	.414	.340	-.137	.664
44 マタニティ服の着用	.041	.489	-.183	.439	-.337	.214	-.075	-.045	-.050	.638
87 母親像を話し合う	.101	.453	.356	-.087	.423	.144	.216	-.040	.000	.599
84 出産経験談を聞く	.124	.450	-.005	.084	.379	.192	-.124	.026	-.017	.423
79 呼吸法の練習	.051	.408	.256	.038	.352	.026	.016	.253	-.383	.573
83 分娩イメージ	.073	.383	.240	.102	.192	.067	.373	-.060	.204	.447
14 食品中の栄養素	.002	.173	.754	.007	.119	-.120	.148	-.031	-.152	.673

佛教大学大学院紀要 第27号 (1999年3月)

19	ビタミンの摂取	.000	.386	.740	.109	-.075	-.001	.125	.030	.129	.749
15	栄養のバランス	.178	.175	.710	-.167	.248	.147	.086	-.056	-.234	.744
16	鉄分の摂取	.157	.163	.709	-.071	-.073	.124	-.006	.119	.203	.636
18	蛋白質の摂取	.013	.243	.669	.138	.016	-.019	.138	.030	.228	.599
24	食品中の塩分	.018	.115	.630	-.042	.465	.092	.055	-.176	.050	.674
23	塩分の摂取制限	.175	.074	.619	.117	.164	-.018	.045	-.125	-.142	.498
17	カルシウムの摂取	.254	.156	.581	.076	.061	.325	-.071	.043	.062	.554
22	規則正しい食事	.204	.346	.545	.057	.057	.206	.041	.074	-.233	.570
74	生活環境に注意	.097	.038	.486	.277	.346	.102	.183	.269	.020	.561
8	身だしなみ注意	.053	-.001	.462	-.242	.142	-.063	.039	.310	.084	.404
9	食後の歯磨き	.181	.000	.445	-.048	.147	-.090	-.158	.261	.009	.357
39	外出時間の余裕	.114	.261	.106	.749	.132	-.067	.174	.008	-.032	.708
36	自転車に乗らない	.319	.028	-.023	.697	-.038	.008	.011	-.165	-.118	.634
38	無理な外出避ける	.250	-.064	-.042	.695	.107	-.007	.190	-.078	-.076	.612
46	セックス時腹部の負担	.163	-.055	-.038	.677	-.173	.043	.040	.166	-.005	.552
43	安定した靴選択	.208	.300	-.117	.610	-.289	.235	-.101	.035	-.087	.679
42	楽な衣類選択	.222	.122	-.053	.587	-.055	.401	.182	.275	.088	.693
29	尿意を我慢しない	.249	.198	.068	.542	.107	.297	.036	.248	.182	.597
52	母子手帳の手続き	.437	-.002	.154	.492	-.155	.322	-.092	.036	-.016	.596
48	前向きな気持ち	.144	-.021	.179	.487	.106	.416	-.011	.188	.171	.541
53	公的補助の利用	.325	-.135	.204	.437	-.248	.337	-.138	.070	-.015	.557
30	膀胱炎に注意	.010	-.079	.202	.430	.361	-.079	-.001	.060	.215	.420
5	散歩適度な運動	.078	.157	.250	-.404	.135	.213	-.103	-.170	-.036	.362
94	児用品手作り	.105	-.097	-.060	-.034	.635	.115	-.214	-.013	.390	.641
96	沐浴練習	.041	.131	-.045	-.283	.616	-.015	-.096	.135	.116	.522
92	育児書から知識	.003	-.032	.406	-.022	.596	.026	.373	.009	-.163	.690
54	母親教室参加	.331	.177	.061	.097	.571	.121	.066	-.010	-.014	.501
80	リラクセス法練習	.135	.134	.236	.112	.555	-.016	.085	.270	-.253	.559
32	妊婦体操	.059	.280	.318	-.142	.536	-.016	.155	.084	-.123	.539
86	母親像を考える	.056	.151	.437	.049	.535	.265	.037	-.084	.281	.665
97	乳房マッサージ	.266	.187	.220	-.301	.505	.150	.143	.202	.147	.606
76	分娩の雑誌本	.119	.383	.344	.116	.478	-.172	.056	.120	-.209	.613
82	医療従事者と話す	.295	.115	.158	.124	.423	.001	.243	.098	.009	.389
56	兄をかわいがる	.379	.015	.242	.011	.385	.221	.297	-.008	.115	.502
93	育児用品準備	.073	-.053	.059	-.154	.164	.700	.090	-.059	.137	.584
85	入院の物品準備	.351	.181	-.165	.027	-.009	.672	-.049	.030	-.089	.648
51	サポート期待	.034	.170	.023	.184	-.324	.621	-.027	-.009	-.047	.559
91	赤ちゃんの名前	.192	-.098	-.076	.116	.194	.585	.298	.036	.118	.551
95	家の準備	.161	-.126	.150	.201	.136	.579	.225	.175	.003	.541
90	他の母親と交流	.108	.296	.266	.188	.205	.522	-.123	.177	.123	.582
78	交通手段確認	.339	-.064	.194	.132	.116	.469	-.133	.192	.069	.468
1	規則正しい生活	.070	-.059	.418	-.274	.140	.449	.004	.145	-.174	.532
37	頻繁の階段昇降	.228	.079	.173	.290	.012	-.001	.611	.063	.241	.609
7	綿の下着着用	.090	.100	-.034	.147	.053	-.019	-.593	.132	.109	.426
33	重い物をもたない	.315	.146	-.143	.323	.188	-.047	.582	.121	-.091	.646
49	気分転換	.006	.094	.315	.051	-.033	.259	.574	.091	.086	.525
41	長時間の立位避ける	.298	.120	.050	.494	.129	.140	.552	.069	.236	.752
35	高所の物を取らない	.231	.199	.026	.426	.139	-.139	.511	.262	-.028	.646
71	腹帯着用	.330	.353	.191	.062	.028	.203	.469	.270	.038	.612
47	気持ちの変化	.068	.223	.109	.211	.185	.048	.325	.218	.088	.309
99	乳頭の清潔	.255	.093	.001	.040	-.114	.235	.109	.627	-.045	.552
10	食後のうがい	.036	.021	.234	.204	.143	-.190	-.264	.579	.367	.695
98	適したブラジャー	.346	-.154	-.019	-.005	.069	.237	.185	.527	-.015	.518
31	正しい姿勢	.000	.302	.060	.113	.214	.147	.006	.507	.039	.434
75	人混みを避ける	.186	.367	-.051	.349	.133	-.063	.285	.443	-.085	.602
4	昼寝をしよう	.248	.043	-.081	-.141	.007	.093	.069	.281	.571	.509
12	歯科検診の受診	.060	.313	.252	-.060	.187	.026	.167	-.029	.525	.510
72	腹部の保温	.371	.293	.180	.148	.157	.165	.145	.321	-.448	.657
81	分娩場所の選択	.114	.125	-.116	.212	.202	.057	.019	.408	.445	.497
3	楽な体位	.375	-.070	.059	.285	-.052	.250	-.059	-.058	.431	.489
2	疲労時休養	.401	.178	-.137	.091	-.038	.291	.197	-.111	.411	.527
寄与率		20.6	10.2	5.7	4.4	4.0	3.6	3.3	3.1	3.0	
累積寄与率 (%)		20.6	30.8	36.5	40.9	44.9	48.5	51.8	54.9	57.9	

表 4-1) 学習対象別にみた『保健行動実施意図』各因子の高負荷項目の配分

学習対象	『保健行動意図』の各因子								
	1. 安全欲求充足のためのセルフケア	2 生活習慣・身だしなみ、出産イメージ・母親像の形成	3. 食生活に関するセルフケア	4. 生活の仕方に関するセルフケア	5. 育児情報や技術の獲得	6. 出産準備	7 胎児を守るための日常生活動作・気分転換	8 感染予防・授乳のための清潔維持	9. 休養
生理的ニーズ充足のセルフケア (46項目)	2.3.6.21.25.	11.13.19.20.26.27.28.34.40.44.45.	1.8.9.14.15.16.17.18.19.22.23.24.25.26.	5.29.30.35.36.38.39.40.41.42.43.44.46.	24.30.32.	1.42.	6.7.33.34.35.37.41.	10.31.	2.3.4.10.12.
心理・社会的ニーズ充足のセルフケア (8項目)	52.56.57	50.55.		48.52.53.	54.56.	48.50.51.	47.49.		
安全のニーズ充足のセルフケア (18項目)	58.59.60.61.62.63.64.65.66.67.68.69.72.70.73.	75.	74.				71.	75.	
分娩準備行動 (10項目)	77.	76.79.83.84.			76.80.82.84.	78.85.	83.	81.	81.
母親役割獲得の準備行動 (17項目)		87.88.89.	86.92.		86.87.88.92.94.96.97.	90.91.93.95.	92.	98.99.	94.

表 4-2) 学習対象別にみた『保健行動実施』各因子の高負荷項目の配分

学習対象	『保健行動実施』の各因子								
	1 食生活・運動・体重のコントロール・乳房の手入れ	2 異常の予防・胎児の発育の確認・出産準備	3 母親像の形成	4 日常生活動作の調整・腹部への負担の軽減	5 育児の準備	6 出産・育児に関する知識の取得	7 精神的な安定・気分転換・家族へ支援を求める	8 腹部の保護	10 口腔衛生・胎児との愛着形成
生理的ニーズ充足のセルフケア (46項目)	5.10.11.14.15.16.17.18.19.20.21.22.23.24.25.26.28.30.31.43.		2.4.6.27.45.46.	2.33.34.35.36.37.38.39.40.41.42.43.	3.44.	1.7.8.9.29.32.	17.19.		12.13.
心理・社会的ニーズ充足のセルフケア (8項目)		57.	49.		52.54.		47.48.49.50.51.	55.56.	48.55.
安全のニーズ充足のセルフケア (18項目)		58.59.60.61.62.63.64.65.66.67.73.74.75.	63.	69.	68.			70.71.72.73.	
分娩準備行動 (10項目)		76.77.78.85.	83.		84.	76.79.80.81.			
母親役割獲得の準備行動 (17項目)	97.98.99.		86.87.88.89.91.		90.93.94.95.96.	92.			

\* 各因子を構成している項目番号を該当する学習対象別に示した。

表5 『保健行動実施』の因子構造

項 目	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	共通性
15 栄養のバランス	.756	.125	.066	.018	.131	.086	.116	.048	-.324	.010	.739
14 食品中の栄養素	.755	.112	.003	.052	.072	.016	.080	.076	-.291	.056	.692
22 規則正しい食事	.737	.155	.007	.131	.137	.135	.045	-.007	-.039	-.141	.645
26 繊維のある食物	.717	.217	-.052	.186	.179	.013	-.001	.155	.096	.110	.678
16 鉄分の摂取	.717	.044	.092	.117	.071	.146	.329	-.002	.012	.175	.705
24 食品中の塩分	.695	.176	.241	.170	-.073	-.055	-.032	.009	-.195	.068	.654
18 蛋白質の摂取	.669	.161	.185	.148	.154	-.010	.345	-.174	-.117	-.050	.721
23 塩分の摂取制限	.649	.157	.207	.139	-.052	.015	-.063	.092	-.118	.108	.551
19 ビタミンの摂取	.648	.124	.070	.139	.171	-.010	.445	-.143	-.162	.022	.736
25 便秘下痢に注意	.609	.318	.073	.139	-.157	-.076	-.018	.319	.122	-.029	.646
20 糖分のとりすぎ	.572	.319	.190	.231	.154	.163	.150	.143	.131	.089	.638
17 カルシウムの摂取	.572	.025	.138	.133	.203	-.107	.446	-.102	-.185	-.004	.662
5 散歩適度な運動	.557	.019	-.008	-.081	.148	.068	-.059	.092	.193	-.053	.396
99 乳頭の清潔	.538	.038	.212	-.030	.137	-.167	.197	.302	.205	.182	.589
30 膀胱炎に注意	.536	.347	.233	.052	-.263	-.027	-.181	-.157	-.107	-.079	.611
31 正しい姿勢	.523	.043	.376	-.037	-.031	.139	-.034	.086	.176	-.232	.533
98 適したブラジャー	.477	-.163	.128	.036	.357	-.393	-.017	.124	.111	-.009	.584
11 甘い物の摂取	.455	.192	.189	.104	-.083	.307	.125	.103	.187	.218	.503
97 乳房マッサージ	.439	.124	.386	.053	.264	.128	.010	.302	.089	.151	.570
28 毎朝トイレの習慣	.425	.288	-.146	-.073	-.023	-.078	-.157	.183	.094	-.115	.379
21 体重測定	.415	.119	.370	.242	-.018	-.118	.082	.047	.170	.158	.460
10 食後のうがい	.293	.218	-.096	.090	.045	-.215	-.015	.120	.078	.186	.255
64 出血など注意	.212	.798	-.021	.172	.016	.235	-.088	-.017	.041	.024	.778
77 分娩徴候注意	.208	.788	-.068	.082	.102	-.123	.109	.204	-.021	-.042	.758
65 出血時受診	.230	.740	-.060	.123	-.116	.111	-.044	-.141	.099	.142	.698
67 不快症状軽減	.227	.718	.171	.348	-.093	.014	.186	-.147	.021	.084	.792
66 不快症状注意	.223	.717	.033	.283	-.003	-.038	.176	-.138	.122	.190	.748
61 児の動き注意	.157	.709	.147	.277	-.000	.063	.160	.183	.192	.137	.746
62 妊婦検診受診	.062	.690	.214	.033	-.033	-.013	.080	.271	.183	-.171	.671
78 交通手段確認	.102	.683	-.060	.124	.221	-.190	.238	.200	-.040	.089	.687
85 入院の物品準備	-.026	.657	.128	-.093	.305	-.248	.107	-.120	-.020	-.180	.672
58 身体の変化注意	.227	.608	.216	.328	.037	.131	.022	.256	-.203	-.039	.704
75 人混みを避ける	.151	.529	.252	.182	-.001	-.180	-.119	.032	-.251	-.002	.511
59 胎児の発育	.081	.522	.388	.252	.052	-.018	.092	.212	.339	.190	.702
63 受診の時間調整	.117	.504	.408	.037	.102	-.119	.073	.232	.294	.023	.607
60 超音波で胎児	-.064	.469	.186	.013	.188	.066	.324	.058	.436	-.027	.599
76 分娩の雑誌本	.121	.431	.040	.005	.256	.409	.222	.177	-.217	-.024	.565
74 生活環境に注意	.223	.426	.325	.094	.033	.029	.126	.142	-.323	.116	.502
57 夫・児をいたわる	.343	.403	.220	.198	.003	.178	.200	-.017	-.324	-.188	.581
87 母親像を話し合う	.174	.125	.771	-.086	.138	.140	.036	.091	-.302	.006	.789
88 親としての役割	.293	.063	.725	-.122	.219	.067	.115	.055	-.166	-.045	.730
89 育児の考え方	.278	-.031	.671	-.137	.197	.064	.251	.038	-.050	-.092	.667
86 母親像を考える	.249	.290	.655	-.036	.006	-.006	-.072	.134	-.276	-.077	.683
45 化粧方法工夫	.144	.110	.573	.286	-.078	-.107	.182	.022	.085	.139	.522
2 疲労時休養	.081	.175	.536	.422	-.165	-.002	.061	-.095	-.040	.122	.561
83 分娩イメージ	-.227	.064	.528	.003	.109	-.141	-.140	.180	.197	.052	.461
91 赤ちゃんの名前	-.022	.137	.461	.005	.131	.116	.292	.140	.097	.366	.512
27 水分摂取	.202	.344	.370	.219	.041	-.021	.227	-.085	.125	.047	.424
6 入浴を毎日しよう	-.126	-.020	-.365	.212	.088	.026	-.184	.002	-.257	.106	.315
4 昼寝をしよう	.198	.294	.328	.239	.061	-.220	.107	-.078	-.020	.231	.415
46 セックス時腹部の負担	.155	.154	-.244	.196	.151	.016	.148	-.176	-.171	.057	.256
39 外出時時間の余裕	.160	.187	-.079	.733	.074	-.211	-.036	.031	.065	-.063	.665
38 無理な外出避ける	.115	.157	-.049	.718	.098	-.046	.010	.043	-.031	-.058	.575
36 自転車に乗らない	.082	-.141	-.250	.676	.161	.132	.128	-.072	-.192	.094	.659
35 高所の物を取らない	.108	.275	.111	.670	-.134	.192	.187	.055	-.083	-.217	.697
33 重い物をもたない	.029	.290	.149	.641	-.083	.385	.044	.044	.004	-.121	.693
41 長時間の立位避ける	.099	.315	.115	.639	.041	.089	.063	.003	.106	.053	.559
37 頻繁の階段昇降	-.125	.211	.260	.635	-.078	.022	.123	.039	-.037	.056	.560
40 起きる時注意	.348	.260	-.025	.513	.135	-.072	-.001	.073	.172	-.107	.524
34 物を拾うとき注意	.297	.123	.004	.474	-.013	.139	-.003	.255	.135	-.323	.537
42 楽な衣類選択	.306	.030	-.332	.437	.101	-.349	-.019	.271	-.088	-.094	.619

69	禁煙	.131	-.088	-.144	.429	.096	-.045	-.224	.236	-.197	.089	.394
43	安定した靴選択	.405	.137	-.185	.410	.258	-.151	-.088	-.006	.098	-.345	.612
95	家の準備	.112	-.259	.281	-.013	.624	.219	.141	-.031	.167	-.179	.678
68	薬を飲まない	.089	.330	.007	.077	.574	-.204	.044	-.095	.086	-.123	.528
94	児用品手作り	.157	-.025	.047	.092	.553	.100	.013	-.093	-.183	.106	.407
53	育児用品準備	-.066	.110	-.054	-.050	.553	-.140	.044	.012	.182	-.134	.402
96	沐浴練習	.151	-.003	.086	-.048	.522	.273	.058	.098	-.075	.026	.399
44	マタニティ服の着用	.099	.003	.086	.313	.520	-.289	-.238	.243	.086	-.307	.688
84	出産経験談を聞く	.054	.052	.002	.215	.482	-.133	.224	.274	-.094	.234	.491
54	母親教室参加	.148	.213	.037	.346	.481	.001	-.207	.210	-.203	.179	.582
90	他の母親と交流	.129	.085	.079	-.008	.433	-.094	.021	.036	.205	.231	.325
3	楽な体位	.367	.217	.264	.175	-.373	-.026	-.106	-.002	-.129	-.160	.477
52	母子手帳の手続き	.088	.311	-.023	.114	.326	-.034	-.015	-.085	.246	-.274	.369
8	身だしなみ注意	.016	-.099	-.214	.045	-.038	.634	.090	.091	-.001	.016	.479
1	規則正しい生活	.330	.196	.048	.059	.069	.582	-.126	-.027	.240	-.230	.625
29	尿意を我慢しない	.306	.275	.063	.120	.204	-.558	.053	.299	-.111	-.063	.651
7	綿の下着着用	.006	.102	-.203	-.073	-.023	-.513	-.164	.281	-.149	-.050	.453
92	育児書から知識	.159	.357	.133	-.148	.391	.477	.271	.272	-.128	.082	.745
80	リラックス法練習	.230	.162	.286	.221	.211	.463	-.309	.099	.034	.205	.620
79	呼吸法の練習	.243	.139	.281	.230	.327	.458	-.341	.155	.012	.235	.724
32	妊婦体操	.309	-.075	.390	.139	.232	.439	-.172	.154	.000	-.040	.576
81	分娩場所の選択	.085	.052	.004	.059	.157	-.420	.086	-.078	.150	.057	.254
9	食後の歯磨き	.179	-.031	-.331	.076	.068	.406	-.140	.101	-.198	-.075	.394
47	気持ちの変化	.179	.224	.114	.003	.000	-.046	.641	.214	.072	.071	.565
51	サポート期待	.112	.262	.024	.122	.234	-.121	.640	.089	.131	.060	.606
50	家事の調整	-.006	.389	.256	.139	-.062	.077	.607	.099	.124	-.138	.661
49	気分転換	.246	-.000	.408	.085	-.077	.248	.519	.254	.075	-.103	.654
72	腹部の保温	.203	.160	.045	.148	.047	.084	.210	.781	.017	.096	.765
71	腹帯着用	.115	.031	.279	-.009	-.038	.136	.204	.729	.003	-.193	.724
73	転倒注意	.345	.489	.135	.253	.053	-.135	.011	.540	-.156	.004	.780
56	児をかわいがる	.375	.355	.167	.053	.184	.216	.136	.412	-.061	.205	.614
70	アルコール摂取控える	-.089	.009	.094	.150	.108	-.060	-.102	.289	-.255	.146	.236
53	公的補助の利用	-.147	.075	-.095	-.012	.091	.045	.004	-.078	.561	.085	.376
82	医療従事者と話す	.067	.193	.144	.046	.153	-.124	.317	.089	.523	.096	.496
12	歯科検診の受診	.140	.009	-.083	-.106	.049	-.056	-.102	-.087	.045	.612	.438
55	児に話しかける	.206	.210	.275	.107	.277	.071	.073	.407	.005	.482	.660
13	歯磨き時の注意	.010	.072	.301	-.144	-.082	-.000	.089	.157	.144	.434	.366
48	前向きな気持ち	.353	-.039	.081	-.004	.239	-.064	.407	.067	.052	-.414	.540
寄与率		21.6	6.2	5.9	4.7	4.1	3.6	3.3	2.8	2.7	2.7	
累積寄与率 (%)		21.6	27.8	33.7	38.5	42.6	46.2	49.5	52.3	55.0	57.7	

## 研究Ⅱ：『保健行動の意図』・『保健行動実施』の予測要因としての妊娠中の

### 不安要因、ストレス対処方略、保健行動形成情報の関連について

『保健行動の意図』・『保健行動実施』の各因子に影響する説明変数を明らかにするために、『意図』・『実施』の因子を基に尺度をつくり、各尺度が『妊娠・出産・育児に関する不安』、『ストレス対処方略』、『保健行動形成情報』からどのような影響を受けているかを調べた。保健行動に影響する説明変数をより明らかにするために、『意図』・『実施』を基準変数、『ストレス対処方略』、『保健行動形成情報』、分娩回数を説明変数として重回帰分析（ステップワイズ法）を行った。

#### 1-1) 『保健行動意図』の尺度作成

『意図』の因子をもとに、因子負荷量0.36以上の項目で下位尺度の作成を試みた。各尺度名

については表6-1に○印で示したように、 $\alpha$ 係数の高い第1～7尺度を採択した。

各項目の平均得点は $4.1 \pm 0.35$ 点で、得点範囲から評価すると高い得点であった。中でも「意図(1)」が尺度内項目の平均 $4.4 \pm 0.1$ と最も高く、「意図(5)」が最も低かった。したがって、対象者は、妊娠中に学習行動や保健行動をとることの必要性を強く感じており、行動をとる意図も強いことが窺える。

#### 1-2)『保健行動意図』尺度と属性との関連

対象を既分娩回数(初産婦・経産婦)、今回の妊娠を人生設計の中で予測していた程度(予測群・非予測群)、不妊治療の有無(治療群・非治療群)によって2群にわけ、『意図』の各尺度との関連をみた(表6-2)。

初経別では、「意図(5)」のみ初産婦群の方が有意に高得点であった( $t=2.94$ ,  $p<0.01$ )。初産婦にとっては今回の出産・育児が初めての経験であるため、妊娠中に出産や育児のための知識・技術を習得し、出産や育児に備えようと思っていることが示された。予測別では、「意図(3)」,「意図(5)」で有意差が認められ、予測していた者ほど食生活に関してのセルフケアや出産や育児のための知識・技術の習得に関する行動を実施しようと思っていることが示された。不妊治療別では、「意図(7)」に有意差が認められ、治療群の方が胎児を守るために日常生活で注意しようと思っていることがわかった。

#### 2-1)『保健行動の実施』の尺度作成

『実施』の因子をもとに、因子負荷量0.40以上の項目で下位尺度の作成を試みた。各尺度名については表7-1に○印で示したように、 $\alpha$ 係数の高い第1～8尺度を採択した。各項目の平均得点は、 $3.4 \pm 0.61$ 点で、得点範囲から評価すると、比較的高い得点であった。項目の平均の範囲が『意図』の3.1～4.6と比べると1.6～4.5と大きく、保健行動によって実施状況の差が大きいことが窺える。総じて、保健行動の実施傾向は認められたが、『意図』における行動予測性よりもその傾向が低いことが明らかになった。

また、『実施』尺度に含まれる項目を用いて、妊娠中の保健行動意図と実施の評定点の比較を行ったところ、実施(1), (3), (4), (5), (6), (7)では意図の方が有意に評定点が高かった( $t=-10.8 \sim -4.35$ ,  $p<0.01$ )が、「実施(2):異常の予防・胎児の発育の確認・出産に備えての準備」,「実施(8):腹部の保護」では有意差は認められなかった。したがって、妊娠中の異常の予防や胎児発育の確認・出産準備等の保健行動は、意図の強さと実際の行動が一致していた。その他の行動では、意図の強さに比べて保健行動は実施されていないことが明らかになった。

#### 2-2)『保健行動実施』尺度と属性との関連

対象を初経別、予測別、不妊治療別に2群にわけ、『実施』の各尺度との関連をみた。

初経別では、8尺度すべて、初産婦の方が平均得点が高く、「実施(4)」( $t=2.69$ ,  $p<0.01$ ),「実施(8)」( $t=3.46$ ,  $p<0.01$ )「実施(5)」( $t=2.55$ ,  $p<0.05$ ),「実施(6)」( $t=2.32$ ,  $p<0.05$ )で、初産婦の方が有意に高得点であった。日常生活・食生活・体重のコントロール

に関する保健行動や育児の準備、出産・育児に関する知識の取得など行動を初産婦の方が経産婦よりも多く実践していることが示された。『意図』では、分娩回数とあまり関係がなかったことと考え合わせると、経産婦の場合、保健行動の必要性は感じていても実施できない、または実施しない要因があることが窺える。また、「実施(2)」、「実施(3)」については両群に有意差が認められなかったことから、経産婦の場合、今までの経験から自分に適した保健行動の実施の基準をもっていること、さらにその基準に照らし合わせ、保健行動を選択的に実施していることが推測された。予測別では「実施(1)」、「実施(7)」に有意差が認められ、予測高群ほど食生活や気分転換などの行動を予測低群より多くとっていることが示された。

表 6-1) 『保健行動の意図』尺度の信頼性・記述統計量

尺度名	$\alpha$ 係数	項目数	尺度得点の 平均(SD) 範囲	尺度内項目の 平均(SD) 範囲	尺度化
第1尺度 安全欲求充足のためのセルフケア	.922	24	105.7(8.6) 81-120	4.4(0.13) 4.1-4.6	○
第2尺度 生活習慣・身だしなみ、出産イメージ・母親像の形成	.901	21	79.4(9.3) 41-96	3.8(0.99) 3.1-4.4	○
第3尺度 食生活に関するセルフケア	.910	17	68.7(7.3) 43-81	4.0(0.22) 3.5-4.4	○
第4尺度 生活の仕方に関するセルフケア	.852	16	67.4(5.6) 57-79	4.2(0.18) 3.8-4.5	○
第5尺度 育児情報や技術の獲得	.878	16	59.3(6.9) 37-71	3.7(0.26) 3.3-4.2	○
第6尺度 出産準備	.808	11	45.7(3.8) 36-54	4.2(0.12) 3.9-4.3	○
第7尺度 胎児を守るための日常生活動作・気分転換	.737	11	43.3(4.2) 27-52	3.9(0.31) 3.5-4.6	○
感染予防・授乳のための清潔維持	.655	6			
休養	.564	9			
総合得点		88	303.6(40.9) 178-398	4.1(0.35) 3.1-4.6	

表 7-1) 『保健行動の実施』尺度の信頼性・記述統計量

尺度名	$\alpha$ 係数	項目数	尺度得点の 平均(SD) 範囲	尺度内項目の 平均(SD) 範囲	尺度化
第1尺度 食生活・運動・体重のコントロール・乳房の手入れ	.968	22	72.0(15.6) 41-109	3.1(0.39) 2.4-4.3	○
第2尺度 異常の予防・胎児の発育の確認・出産準備	.978	18	75.9(11.3) 31-90	4.0(0.34) 3.2-4.5	○
第3尺度 母親像の形成	.918	10	33.0(7.69) 11-49	3.1(0.46) 2.4-4.2	○
第4尺度 日常生活動作の調整・腹部への負担の軽減	.941	13	47.6(9.0) 26-64	3.5(0.52) 2.8-4.3	○
第5尺度 育児の準備	.890	9	32.0(6.4) 14-45	3.4(0.83) 2.0-4.5	○
第6尺度 出産・育児に関する知識の取得	.897	11	38.8(5.7) 25-50	3.3(0.77) 1.1-4.3	○
第7尺度 精神的な安定・気分転換・家族へ支援を求める	.916	7	25.4(5.3) 11-35	3.4(0.28) 3.1-3.9	○
第8尺度 腹部の保護	.909	5	20.3(4.2) 6-25	3.8(0.35) 3.2-4.1	○
口腔衛生・胎児との愛着形成	.601	4			
総合得点	.987	84	303.6(40.9) 178-398	3.4(0.61) 1.6-4.5	



表6-2) 属性別の『保健行動の意図』尺度の平均

		「意図(1): 安全 欲求充足のための セルフケア」 m (SD) t 値	「意図(2): 生活 習慣、母親像の形 成」 m (SD) t 値	「意図(3): 食生 活に関するセルフ ケア」 m (SD) t 値	「意図(4): 生活 の仕方に関するセ ルフケア」 m (SD) t 値	「意図(5): 育児 情報や技術の獲 得」 m (SD) t 値	「意図(6): 出産 準備」 m (SD) t 値	「意図(7): 胎児 を守るための日常 生活動作」 m (SD) t 値
初産婦	n=35	106.5(7.9)	79.2(10.0)	69.7(6.1)	66.9(5.3)	61.6(5.4)	45.5(4.3)	43.0(4.0)
経産婦	n=36	105.1(9.3)	79.7(8.7)	67.8(8.3)	68.0(5.9)	57.0(7.4)	45.8(3.3)	43.6(4.5)
		.68	-.22	1.06	-.82	2.94**	-.38	-.63
妊娠の 予測性	有 n=47 無 n=24	105.7(9.2) 105.9(7.3)	80.3(9.9) 77.6(7.9)	70.6(6.3) 65.1(7.8)	67.3(5.6) 67.8(5.8)	60.7(6.0) 56.5(7.7)	46.0(3.6) 45.0(4.2)	43.9(4.1) 42.2(4.4)
		-.09	1.17	3.17**	-.38	2.52*	.97	1.63
不妊治療	有 n= 8 無 n=62	105.0(7.2) 105.9(8.8)	78.9(8.9) 79.6(9.5)	66.0(11.2) 69.1(6.7)	65.9(3.1) 67.7(5.9)	59.3(7.2) 59.3(6.9)	44.1(4.5) 45.9(3.7)	40.6(4.0) 43.8(4.1)
		.29	.02	1.13	.86	.01	1.26	2.05*

+ p < 0.10 \*p < 0.05 \*\*p < 0.01

表7-2) 属性別の『保健行動実施』尺度の平均

		実施(1): 食生 活・運動・乳房の 手入れ m (SD) t 値	実施(2): 異常の 予防・胎児の発育 の確認・出産準備 m (SD) t 値	実施(3): 母親像 の形成 m (SD) t 値	実施(4): 日常生 活動作の調整・腹 部への負担の軽減 m (SD) t 値	実施(5): 育児の 準備 m (SD) t 値	実施(6): 出産・ 育児に関する知識 の取得 m (SD) t 値	実施(7): 精神的 な安定・家族へ支 援を求める m (SD) t 値	実施(8): 腹部の 保護 m (SD) t 値
初産婦	n=35	75.5(14.3)	77.6(8.8)	33.9(7.4)	50.4(6.8)	33.9(6.4)	40.3(5.1)	26.3(5.7)	21.9(3.1)
経産婦	n=36	68.5(16.2)	74.2(13.3)	32.0(7.7)	44.8(10.1)	30.0(5.8)	37.2(6.0)	24.5(4.7)	18.6(4.6)
		1.86+	1.22	1.07	2.71**	2.55*	2.32*	1.41	3.48**
妊娠の 予測性	有 n=47 無 n=24	74.6(16.0) 66.0(13.0)	76.6(12.8) 74.4(7.0)	34.0(7.8) 30.8(6.6)	47.8(9.2) 47.4(8.7)	32.6(7.1) 30.7(4.4)	39.6(6.0) 37.0(4.8)	26.6(5.0) 22.8(5.0)	20.7(4.1) 19.2(4.4)
		2.23*	.72	1.60	.16	1.13	1.13†	2.92**	1.35
不妊治療	有 n= 8 無 n=59	70.0(13.5) 72.3(15.9)	78.6(8.8) 75.5(11.6)	34.8(8.7) 32.7(7.5)	50.1(7.9) 47.3(9.1)	33.1(4.5) 31.8(6.6)	39.5(4.7) 38.7(5.9)	24.6(5.9) 25.5(5.2)	21.3(3.7) 20.1(4.3)
		.39	-.72	-.71	-.83	-.54	-.38	.44	-.70

+ p < 0.10 \*p < 0.05 \*\*p < 0.01

### 3. 『保健行動の意図』・『保健行動の実施』の予測要因

『妊娠・出産・育児に関する不安』、『ストレス対処方略』、『保健行動形成情報』、分娩回数を説明変数とし、『意図』7尺度、『実施』8尺度それぞれを基準変数として重回帰分析(ステップワイズ法)を行った。

#### 4-1) 『保健行動の意図』と予測要因

意図(1)と「隔離型」( $R^2=.159, \beta=-.399, p<.05$ )の間にのみ結びつきがみられ、自分と出来事(問題)との間を切り離す傾向のある者ほど、安全欲求充足の保健行動の意図は弱い。意図(2)と「不安(5):胎児異常への不安」( $R^2=.130, \beta=-.361, p<.05$ )の間に結びつきがみられ、胎児異常への不安が高いほど、生活習慣・身だしなみ、出産イメージ・母親像の形成に関する保健行動を実施しようと思っていることが示された。意図(4)に対する有意な独立変数は「不安(1)」( $R^2=.088, \beta=.352, p<.05$ )、「不安(5)」( $R^2=.078, \beta=.293, p<.05$ )、「不安(6)」( $R^2=.130, \beta=-.447, p<.01$ )、「不安(8)」( $R^2=.087, \beta=-.329, p<.05$ )であった(寄与率38.3%)。胎児異常への不安が少ない者や家族からの支援が得られると高く期待している者ほど生活の仕方に関するセルフケアを実施しようと思っている事が示された。胎児異常への不安が高いものほど生活に関してのセルフケアを実施しようとする傾向にあると想定していたが、結果はその逆であり、不安が高まるほど、日常生活動作を抑制する方向であることが示された。意図(5)と「不安(5)」( $R^2=.122, \beta=-.349, p<.05$ )に関連があったことから、胎児異常への不安が高いほど、育児情報や技術の獲得に関する保健行動を実施しようと思っていることが示された。意図(6)に対する有意な独立変数は「不安(1)」( $R^2=.160, \beta=.406, p<.01$ )、「不安(8)」( $R^2=.070, \beta=-.267, p<.05$ )、「逃避型」( $R^2=.160, \beta=-.623, p<.05$ )、「分娩準備教室への参加回数」( $R^2=.108, \beta=-.353, p<.05$ )であった(寄与率49.7%)。胎児の発育に自信があること、問題解決の意欲を失う傾向や分娩準備教室への参加回数は、出産準備に関する保健行動実践の意図を弱めることが明らかになった。対象者は、胎児の発育も順調であり、早産の危険は予知していないため出産まで時間的なゆとりがあると感じているのだろう。また、家族からの支援を得られと高く期待している者ほど出産準備に関する保健行動を実践しようとしていることが示された。

#### 3-2) 『保健行動の実施』と予測要因(表8)

実施(1)は「不安(4):新生児への期待」( $R^2=.143, \beta=.395, p<.01$ )、「不安(5):胎児異常への不安」( $R^2=.133, \beta=-.477, p<.01$ )；実施(2)は「不安(4)」( $R^2=.182, \beta=.519, p<.01$ )、「不安(5)」( $R^2=.098, \beta=-.332, p<.01$ )、「不安(6):妊娠・胎児への敏感性(心配)」( $R^2=.267, \beta=-.550, p<.01$ )と関連がある(寄与率54.8%)。；実施(3)は「不安(4)」( $R^2=.144, \beta=.470, p<.01$ )、「不安(5)」( $R^2=.220, \beta=-.500, p<.01$ )と計画型( $R^2=.097, \beta=.316, p<.05$ )と関連がある(寄与率46.1%)。実施(4)は「不安(4)」( $R^2=.125, \beta=.379, p<.05$ )、「不安(6)」( $R^2=.091, \beta=-.368, p<.05$ )、分娩回数( $R^2=.149, \beta=-.423, p<.01$ )；実

施(5)と分娩準備教室への参加回数 ( $R^2=.107, \beta=.326, p<.05$ ) ; 実施(6)は「不安(5)」 ( $R^2=.253, \beta=-.503, p<.01$ ) ; 実施(7)は「不安(5)」 ( $R^2=.117, \beta=-.342, p<.05$ ) ; 実施(8)は「不安(4)」 ( $R^2=.107, \beta=.356, p<.05$ )), 「不安(5)」 ( $R^2=.190, \beta=-.458, p<.01$ )と分娩回数 ( $R^2=.113, \beta=-.427, p<.05$ )との間に正負の結びつきがみられた。

新生児への期待や胎児異常に関する不安があること、妊娠・胎児への敏感性(心配)が高い人ほど、食生活・運動・体重のコントロール・乳房の手入れや異常の予防・胎児の発育の確認・出産準備、母親像の形成、日常生活動作の調整・腹部への負担の軽減、出産・育児に関する知識の取得、精神的な安定・気分転換・家族へ支援を求める、腹部の保護などの保健行動を実施していることが示された。また、分娩回数が多くなるほど日常生活動作の調整や腹部の保護に関する保健行動は実施されないこと、分娩準備教室への参加が育児の準備行動を促すことが明らかになった。問題解決に向けて計画的に対処する傾向のある人ほど、母親像の形成に関する保健行動をとっていることが示された。妊娠中の受診回数は保健行動の有意な予測要因ではなかった。

表8 『保健行動実施』の予測要因に関する重回帰分析の結果

説明変数	従属変数			実施(1):食生活・運動・ 体重コントロール・乳房 の手入れ			実施(2):異常の予防・胎 児発育確認・出産準備			実施(3):母親像の形成		
	$R^2$	$\beta$	t	$R^2$	$\beta$	t	$R^2$	$\beta$	t	$R^2$	$\beta$	t
「不安(1)家族からの支援の期待・予測」												
「不安(2)妊娠・出産への心身の準備性」												
「不安(3)養育への自信」												
「不安(4)新生児への期待」	.143	.395	2.707 **	.182	.519	4.380 **	.144	.470	3.643 **			
「不安(5)胎児異常への不安」	.133	-.477	-3.270 **	.098	-.332	-2.791 **	.220	-.500	-3.916 **			
「不安(6)妊娠・胎児への敏感性」				.267	-.550	-4.704 **						
「不安(7)身近な人からの支援の期待」												
「不安(8)胎児の発育」												
「SCI(1)計画型」										.097	.316	2.542 *
「SCI(2)対決型」												
「SCI(3)社会的支援模索型」												
「SCI(4)責任受容型」												
「SCI(5)自己コントロール型」												
「SCI(6)逃避型」												
「SCI(7)隔離型」												
「SCI(8)肯定評価型」												
分娩回数												
妊娠中の受診回数												
分娩準備教室参加回数												
全 体	.276			.548			.461					

説明変数	従属変数			実施(4)：日常生活動作の調整・腹部負担の軽減			実施(6)：出産・育児に関する知識の取得			実施(8)：腹部の保護		
	R2	$\beta$	t	R2	$\beta$	t	R2	$\beta$	t	R2	$\beta$	t
「不安(1)家族からの支援の期待・予測」												
「不安(2)妊娠・出産への心身の準備性」												
「不安(3)養育への自信」												
「不安(4)新生児への期待」	.125	.379	2.665 *							.107	.356	2.529 *
「不安(5)胎児異常への不安」							.253	-.503	-3.583 **	.190	-.458	-3.381 **
「不安(6)妊娠・胎児への敏感 性」	.091	-.368	-2.668 *									
「不安(7)身近な人からの支援の期待」												
「不安(8)胎児の発育」												
「SCI (1)計画型」												
「SCI (2)対決型」												
「SCI (3)社会的支援模索型」												
「SCI (4)責任受容型」												
「SCI (5)自己コントロール型」												
「SCI (6)逃避型」												
「SCI (7)隔離型」												
「SCI (8)肯定評価型」												
分娩回数	.149	-.423	-2.971 **							.103	-.427	-3.111 **
妊娠中の受診回数												
分娩準備教室参加回数												
全 体	.366						.253			.400		

\*\*p < .01 \*p < .05

考 察

研究Ⅰの『保健行動意図』と『保健行動実施』の構造の違いでは『意図』の因子の解釈・命名にやや困難であったことから、保健行動の予測ではその行動は漠然としており、未分化であることが示唆されたのに対し、『実施』では、保健行動に対する態度が明確化し、その構造が具体化した。『意図』と『実施』の下位尺度の項目内平均の比較では意図の方が高かったことから、調査対象者は保健行動に対して肯定的な態度を形成していることが推測された。また、妊娠中の異常の予防や胎児発育の確認・出産準備等の保健行動は、意図の強さと実際の行動が一致していたが、その他の行動では、意図の強さに比べて保健行動は実施されていなかった。その理由として、日常生活の中で保健行動のみを行っているのではないので、99項目の保健行動に対して優先順位がつけられていると考えられる。また、保健行動が多岐にわたるため、個々の保健行動に対しての認知的要素や情緒的要素についても考える必要がある。

研究Ⅱでは『保健行動の意図』・『保健行動実施』の予測要因について検討した結果、『意図』尺度の一部は妊娠中の不安要因、ストレス対処方略、分娩準備教室への参加回数によって

12.2～49.7%が予測された。一方、『実施』尺度は、10.7～54.8%が予測された。不安要因の中でも、胎児異常への不安や妊娠・胎児への敏感性（心配）など胎児や妊娠中の異常・出産時に異常が起こるのではないかと不安や新生児への期待が、食生活・運動・体重のコントロール・乳房の手入れ、異常の予防・胎児の発育の確認・出産準備、母親像の形成、日常生活動作の調整・腹部への負担の軽減、出産・育児に関する知識の取得、精神的な安定・気分転換・家族へ支援を求めるなどの保健行動に影響していることが示された。スピルバーガー (Spielberger, C.D., 1970) は不安の心理過程で、外的刺激や筋・内臓感覚などの内的刺激を危険や脅威として認知的に認定すると、状態不安が喚起され、感覚的・認知的フィードバック機構を通して内的刺激となるか、それを回避するあるいは直接的に対処するなどの行動への刺激として働くことを指摘していることから、妊婦が、胎児・母体の異常が発生するかもしれないことを脅威として認知的に認定しており、それを回避したり、対処するために保健行動を実施していることが窺えた。メカニズムに関しては明らかではないが、妊娠や胎児への敏感性や胎児異常への不安は保健行動実践の動因刺激であることが示された。しかし、緊張・いらだち・動悸などの身体的反応が伴われるような不安は保健行動の実践にマイナスに働くことが予測されるため、妊婦の不安状態やそれに対して適切な対処行動がとれているかを評価することは大切であろう。

分娩回数は、日常生活動作の調整・腹部への負担の軽減や保護の負の予測因であったことや『実施』下位尺度の初経別の比較でも初産婦の方が平均が高かったことから、分娩回数が増すことによって日常生活動作に気をつけたり、育児準備に関する保健行動をとらなくなる。経産婦では、上の子の育児のために日常生活においても無理を強いられることも多く、日常生活動作を調整したり、腹部への負担を軽減するといった行動よりも日常生活上の動機の方が優先されている。すべての『実施』尺度において分娩回数の影響があったわけではないので、調査対象者は、生活上の動機と保健行動動機をうまく競合させていることが推測された。しかし、生活行動が優先されすぎないように調整や働きかけも必要であろう。経産婦の場合、今までの経験から自分に適した保健行動の実施基準をもっていることも推測できるため、前回の妊娠中の過ごし方や精神的な状態、学習態度などを把握することも必要であろう。また、家族構成、家族のサポート体制、職業の有無など妊婦を取り巻く社会的な環境も把握しておくことが大切である。分娩準備教室では分娩回数別のプログラムは確立されていないことや教室への参加は各妊婦の判断に委ねられているため、経産婦の参加者は少ない。以上のことから、経産婦を対象とした産前教育プログラムの必要性が示唆された。

『保健行動形成情報』では妊娠中の受診回数は『意図』・『実施』ともに影響していなかった。妊婦検診において、順調な妊娠経過や胎児の発育であることが承認されることは、保健行動の実施にプラスの影響を及ぼすと想定していたが、受診回数は直接的な影響がないことがわかった。受診回数は、妊娠に気づいた時期や妊娠中の異常の有無によって影響されるため、不

安要因に影響している可能性が考えられる。さらに、受診やその時の保健指導の内容を妊婦がどのように認知しているかについては興味深い点である。また、今回は分娩準備教室の参加時期については十分な把握ができていなかったため、今後保健行動の態度形成における認知的要素の一つとして検討していきたい。

『ストレス対処方略』では、「計画型」が母親像の形成に関する保健行動に影響していたことから、問題解決に向けて計画的に対処する傾向は、妊娠期の母親役割の取得にプラスの影響を及ぼすことが示唆された。一方、その他の対処型は有意な説明変数と認められなかったことから、妊娠期における保健行動の実践は、今までの生活の中で形成した行動の傾向や習性にはあまり影響されないことが示され、この時期特有の対処方略の存在が示唆された。また、妊娠・出産期は母体の中に生きる生命を健康に育むために、時には妊婦自身のニーズに反するような保健行動を余儀なくされることもある。このような経験を乗り越えることによって母親としての自己への意味づけを見いだしていくのであると考えられる。

今回、妊婦の保健行動として99項目をあげ、調査・分析をしていく過程で、妊娠・分娩・育児期を楽しく過ごしてほしいと願っている反面、膨大な保健行動の実施を妊婦に要求していることが明らかにされた。また、妊婦の学習対象と分娩準備教育の内容を比較検討すると、分娩に対する身体的な準備や育児技術の習得に関する指導に多くの時間を充てていることが明らかになった。妊娠期は妊婦自身に今までとは違った新たな意味づけが要求される時期であるにもかかわらず、理想の母親像や親の役割について考えたり、夫婦で話し合うことなどの妊婦の心理的な成長や変化を促すような働きかけはほとんどできていないように感じる。今後、妊娠・出産・育児の時系列の中で妊娠初期における保健行動や妊娠期に獲得された保健行動が分娩後や育児期にどのように変化していくのか追求していくと共に、妊娠期における人格的な成長に貢献できるような分娩準備教育のあり方についても検討していきたい。

### 資料1 分娩準備室のプログラム

〈目標〉

- 1) 妊娠、分娩、産褥の生理に関する正しい知識を習得し、健康の保持増進を図る。
- 2) 妊娠によって生じる変化に妊婦とその家族が適応できる。
- 3) 育児に関する知識を習得し、その準備ができる。
- 4) 妊婦同士の交流を図り、情報交換の場とする。
- 5) 医師や助産婦とのコミュニケーションを図り、よい人間関係を確立する。

	対 象	内 容	指導担当者	開催日
1 課	妊娠の成立～ 15週までの妊 婦とその家族	・妊娠の成立と経過、異常とその対策 ・妊娠初期の生理的变化、胎児の成長、日常生活 ・定期健康診査、母子健康手帳について	医 師 助産婦	毎月第1月・木曜日 PM 1～3
2 課	妊娠16～23週 の妊婦とその 家族	・妊娠中期の生理的变化、胎児の成長、日常生活 ・妊娠中の栄養 ・妊婦体操	栄養士 助産婦	毎月第2月・木曜日 PM 1～3
3 課	妊娠24～27週 の妊婦とその 家族	・妊娠末期の生理的变化、胎児の成長、日常生活、 起こりやすい異常とその対策 ・出産の準備、母乳哺育について ・新生児の特徴と新生児用品の準備について	助産婦	毎月第3月・木曜日 PM 1～3
4 課	妊娠28～36週 の妊婦とその 家族	・分娩の経過と過ごし方、入院の時期 ・補助動作について ・分娩後の経過、入院中の生活 ・病棟内見学	助産婦	毎月第4月・木曜日 PM 1～3

### 資料2-1) 『妊娠・出産に関する不安』の因子構造

項 目	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	共通性
29	.739	.049	.120	-.006	.117	-.011	.281	.085	.665
9	.725	.198	.080	.083	-.014	-.136	.104	.327	.715
4	.716	.041	.086	.044	-.094	-.063	-.051	-.182	.573
14	.676	.025	.136	.299	-.075	.045	.045	.197	.615
19	.646	.124	.008	-.023	-.067	.052	-.205	-.127	.499
23	.304	.750	.106	.138	.180	.222	.212	-.071	.818
8	-.011	.741	.333	.065	-.038	-.034	.212	.263	.782
3	.090	.667	.267	.155	.028	-.014	-.218	-.042	.599
21	.252	.610	-.302	.059	.196	.438	-.022	-.056	.766
13	.163	.516	.416	-.042	.475	-.123	.126	-.001	.726
11	.049	.453	.267	-.148	.169	.419	.164	.102	.543
15	.045	.072	.747	.174	.245	-.096	.034	.104	.679
10	.176	.321	.702	.176	-.135	.045	.119	-.064	.698
20	.265	.337	.599	.246	.132	-.023	-.252	.022	.686
30	.247	.173	.571	.219	.355	.167	.171	-.058	.653
12	.225	.015	-.529	.455	.018	.058	.326	.060	.652
25	.387	.109	.428	.181	.403	.241	.105	.009	.611
22	.085	.045	.191	.853	.148	.055	.023	.169	.828
27	.046	.069	.154	.849	.105	-.033	.163	-.017	.762
18	.252	.364	.095	.462	.336	.082	-.120	.140	.573
5	.246	.187	.388	.428	-.031	.180	-.197	.038	.504
28	-.095	.013	-.035	.046	.879	-.074	-.117	.060	.809
1	-.159	.157	.233	.192	.722	.165	.207	.031	.735
7	-.054	.186	.257	.356	.505	.296	.106	-.078	.591
16	-.102	.108	-.022	.021	.162	.783	-.001	.174	.694
6	-.032	.142	.082	.217	.004	.774	.007	-.040	.677
26	-.044	.348	.102	.173	.151	-.536	.071	.208	.523
32	-.145	.075	.100	.032	.007	.007	.828	.056	.728
24	.377	.099	-.076	.193	.068	-.043	.614	-.004	.579
31	-.236	.334	.242	.171	-.323	-.254	-.390	.204	.619
17	.062	-.099	-.045	-.004	-.010	.250	.112	.862	.834
2	.023	.250	.054	.232	.080	-.273	-.107	.721	.733
寄 与 率	23.6	9.1	8.3	6.7	5.6	5.4	4.4	4.1	
累積寄与率 (%)	23.6	32.7	41.0	47.7	53.3	58.7	63.1	67.2	

## 資料2-2) 『妊娠・出産・育児に関する不安（自信）』の各因子の命名

各項目は因子負荷量の高い順位に並べた。

累積寄与率：67.2%

〔第1因子〕「家族からの支援の期待・予測」因子：  
寄与率23.6%

29) 夫や家族から自分の求める支援が得られる

9) 夫や家族は、出産の準備に協力してくれる

4) お産の時、夫は力づけてくれる

14) 夫や家族は、私の心身の健康を大切にしてくれる

19) 夫は赤ちゃんの世話をしてくれる  
〔第2因子〕「妊娠・出産への心身の準備性」因子：  
9.1%

23) お産に対して十分な体力がある

8) 出産に備えて身体への準備はできている

3) 出産に備えて心の準備はできている

21) 妊娠中の体力に自信がある

13) 分娩がはじまった症状（陣痛、お水おり、出血など）に対して適切な行動をとることができる

11) 自分の身体は妊娠に適している（妊娠経過）などの項目に高い因子負荷量が認められることから、

〔第3因子〕「養育への自信」因子：寄与率8.3%

15) 赤ちゃんの泣き声や表情をみわける自信がある

10) おむつ交換や沐浴など赤ちゃんの世話をうまくやっていく自信がある

20) 母親になることに自信がある

30) 妊娠や分娩、子どもの世話に関しての知識を自分で得る自信がある

12) おなかが大きすぎるような気がする（R）

25) 出産や育児を経験して親としての成長に自信がある

〔第4因子〕「新生児への期待：元気な児が生まれ、母乳で育てる自信」因子：寄与率6.7%

22) 心身ともに健康な赤ちゃんが産まれる

27) 五体満足な赤ちゃんが産まれる

18) 無事にお産を終える自信がある

5) 赤ちゃんを、母乳で育てる自信がある

〔第5因子〕「胎児の異常への不安」因子：  
寄与率5.6%

28) お産の時、手術になりそうな気がする（R）

1) 妊娠のために、何か病気が起こらないか心配（R）

7) おなかの赤ちゃんの動きはこれでよいのか心配（R）

〔第6因子〕「出産・胎児への敏感性（心配）」因子：  
5.4%

16) 妊娠中のちょっとした症状でも気になる（R）

6) 流産や早産するのではないかと心配である（R）

26) おなかの大きな私の姿をいやだと思う（R）

〔第7因子〕「身近な人からの支援の期待・予測」因子：寄与率4.4%

32) 仲間や友達から自分の求める支援が得られる

24) 両親は、育児について協力してくれる

31) お産の後、体型がくずれるのではないかと心配（R）

〔第8因子〕「胎児の発育」因子：寄与率4.1%

17) 赤ちゃんは未熟児で産まれそうな気がする（R）

2) おなかの赤ちゃんは順調に発育している

## 資料2-3) 『妊娠・出産・育児に関する不安』尺度の信頼性・記述統計量

尺度名	$\alpha$ 係数	項目数	尺度得点の 平均(SD)範囲		尺度内項目の 平均(SD)範囲	
第1尺度 「家族からの支援の期待・予測」	.937	5	19.8(2.8)	11-25	3.7(0.35)	3.3-4.1
第2尺度 「妊娠・出産への心身の準備性」	.931	6	21.1(3.5)	12-29	3.3(0.33)	2.9-3.8
第3尺度 「養育への自信」	.914	6	21.0(2.8)	15-29	3.3(0.17)	3.0-3.5
第4尺度 「新生児への期待：元気な児が生まれ、母乳で育てる自信」	.911	4	14.2(2.2)	10-19	3.3(0.25)	3.0-3.6
第5尺度 「胎児異常への不安」	.827	3	9.3(2.7)	4-15	2.9(0.22)	2.6-3.1
第6尺度 「妊娠・胎児への敏感性（心配）」	.807	2	4.9(1.9)	2-9	2.3(0.05)	2.2-2.3
第7尺度 「身近な人からの支援の期待・予測」	.804	2	7.6(1.3)	4-10	3.5(0.22)	3.4-3.7
第8尺度 「胎児の発育」	.831	2	8.2(1.4)	4-10	3.9(0.54)	3.5-4.2
総合得点	.976	32	105.9(11.5)	77-137	3.3(0.45)	2.3-4.2



資料3 『保健行動意図』・『保健行動実施』の質問項目

- 1) 規則正しい生活を心がけようと思う
- 2) 疲労を感じたらすぐに休憩をとろうと思う
- 3) 身体を楽にして休めるように体位を工夫 (側臥位やシムス位) しようと思う
- 4) 昼寝をしようと思う
- 5) 散歩など適度な運動を毎日しようと思う
- 6) 入浴やシャワー浴を毎日しようと思う
- 7) 綿の下着を着用しようと思う
- 8) 身だしなみに気をつけようと思う
- 9) 食後に、歯磨きをしようと思う
- 10) 何か食べた後は、うがいをしようと思う
- 11) 甘い物を食べるのを控えようと思う
- 12) 歯科検診を受けようと思う
- 13) 強くこすらないように気をつけて歯磨きをしよう
- 14) 食品に含まれる栄養素に関心をもとうと思う
- 15) 栄養のバランスを考えた食事をしようと思う
- 16) 鉄分を妊娠前より多く摂取しようと思う
- 17) カルシウムを妊娠前より多く摂取しようと思う
- 18) 蛋白質を妊娠前より多く摂取しようと思う
- 19) ビタミン類を妊娠前より多く摂取しようと思う
- 20) 糖分・カロリーのとりすぎに注意しようと思う
- 21) 体重を定期的に測定し、体重の増加に注意しよう
- 22) 規則正しく食事をしようと思う
- 23) 塩分の摂取を控えようと思う
- 24) 食品に含まれている食塩の量に関心をもとう
- 25) 便秘や下痢にならないように注意しようと思う
- 26) 繊維のある食物の摂取を増やそうと思う
- 27) 水分の摂取を増やそうと思う
- 28) 毎朝、トイレに行く習慣をつけようと思う
- 29) 尿意を感じたときは我慢せずにトイレに行こう
- 30) 膀胱炎の症状 (頻尿や残尿感) に注意しよう
- 31) 背筋を伸ばした正しい姿勢をとるように気をつけよう
- 32) 妊婦体操をしようと思う
- 33) 重い物を持つことを避けようと思う
- 34) 低いところの物をとったり上の子を抱き上げる時は膝を曲げようと思う
- 35) 高いところの物をとることを避けようと思う
- 36) 自転車に乗らないようにしようと思う
- 37) 頻繁に階段を登り降りするのを避けようと思う
- 38) 無理な旅行や外出の日程を組まないようにしよう
- 39) 外出時は時間に余裕を持とうと思う
- 40) 起きあがるときは、横を向いてから腕の力で起きるようにしようと思う
- 41) 長い時間立ち通しになったり、同一の姿勢をとることを避けようと思う
- 42) 身体の一部を締めつけるような衣類の着用を避けようと思う
- 43) かかとの低い安定した靴を履こうと思う
- 44) マタニティウェアを着ようと思う
- 45) 化粧の仕方を工夫しようと思う
- 46) セックスの時にお腹に負担をかけないように注意するのは当然だと思う
- 47) 妊娠中の気持ちの変化について夫や家族に説明し理解を求めようと思う
- 48) 明るく前向きな気持ちをもとうと思う
- 49) 読書、音楽や映画鑑賞などをして気分転換を図ろう
- 50) 家事 (や育児) について夫や家族と調整したり、支援を求めようと思う
- 51) サポートが期待できるような実家・親戚や友人と連絡を取ろうと思う
- 52) 母子健康手帳の交付の手続きをするのは当然だ
- 53) 公的な補助を得られる妊婦検診・妊娠中の血液検査を利用しようと思う
- 54) 母親教室や両親学級に参加しようと思う
- 55) 名前やニックネームで赤ちゃんに話しかけていこう
- 56) おなかをさすって、赤ちゃんをかわいがろう
- 57) 夫にお腹の赤ちゃんをいたわってもらおうと思う
- 58) 身体の変化に注意しようと思う
- 59) 胎児の成長・発育の状況について知りたいと思う
- 60) 超音波で胎児の様子を見たいと思う
- 61) 赤ちゃんの動きに注意しようと思う
- 62) 定期的に妊婦検診を受診しようと思う
- 63) 妊婦検診の受診のために時間を調整しようと思う
- 64) 出血・おなかの張り・むくみ・頭痛などの症状に注意しようと思う
- 65) 出血・おなかの張りなど異常があればすぐに受診しようと思う
- 66) 不快な症状の有無に注意しようと思う
- 67) 不快な症状を自覚したときは軽減するように気をつけようと思う
- 68) 妊娠中、自分の判断で薬を飲まないようにしよう
- 69) 禁煙するのは当然だと思う
- 70) アルコール飲料の摂取を控えるのは当然だと思う
- 71) 腹帯やマタニティガードルを着用しようと思う
- 72) 腹部を冷やさないようにしようと思う
- 73) 転倒に注意して行動しようと思う
- 74) 生活しているまわりの環境に注意しようと思う
- 75) 人混みの中に外出することを避けて、風邪などにかからないよう注意しようと思う
- 76) 分娩に関して雑誌や本でもっと理解を深めよう
- 77) 分娩の開始徴候 (陣痛、出血、破水) の有無に注意しようと思う
- 78) 病院への連絡方法や入院のための交通手段を確認しようと思う
- 79) 呼吸法の練習をしようと思う
- 80) リラックス法の練習をしようと思う
- 81) 自分の希望にあった分娩の場所を選択しよう
- 82) 助産婦や医者や分娩についてもっと話したい (相談したい) と思う
- 83) 理想とする分娩のイメージを抱こうと思う
- 84) 出産の経験者の話を聞こうと思う
- 85) 入院に必要な物品の準備をしはじめようと思う
- 86) 理想とする母親像について考えようと思う
- 87) 理想の母親像について夫や家族と話しあおう
- 88) 親としての役割について夫婦で話しあおうと思う
- 89) 育児の考えや方針について夫婦で話しあおう
- 90) 乳幼児のいる母親と交流する機会を持とうと思う
- 91) 赤ちゃんの名前を考えようと思う
- 92) 新生児に関して育児書や雑誌を参考にしてもっと知識を得たいと思う
- 93) 育児用品の準備をしはじめようと思う
- 94) 赤ちゃん用品を手作りしてみようと思う
- 95) 赤ちゃんを迎えるのにふさわしいように家の中を準備しようと思う
- 96) 沐浴やおむつ交換の練習をしようと思う
- 97) 乳房のマッサージや乳頭の手入れをしようと思う
- 98) 乳房に適したブラジャーを着用しようと思う
- 99) 入浴時に乳頭をきれいにしようと思う

\*『保健行動意図』では「～しようと思う」、『保健行動実施』では「～しましたか」という表現をしている。

## 文献

- Barbara M. Newman, 1984 Development Through Life: Third Edition (福富護訳 1990 新版 生涯発達心理学, 川嶋書店.)
- Caplan, G., 加藤正明監修 1984 地域精神衛生の理論と実際, 医学書院.
- Gloger-Tippelt, G. 1983 A process of pregnancy course, Human Development, 26: 134-148.
- 花沢成一 1992 母性心理学, 医学書院.
- 柏木恵子・若松素子 1994 親となることによる人格発達: 生涯発達の視点から親を研究する試み, 発達心理学研究, 5(1): 72-83.
- 菊川寛・松田正三 1974 妊婦の不安意識(1) — 正常妊娠の場合 —, 精身医, 14: 382.
- 小林いたる 1994 初妊婦のもつ妊娠分娩に対する不安, 周産期医学, 24(5): 607-612.
- 宮坂, 1993 新版保健学講座7巻 健康教育論, メヂカルフレンド社.
- 宗像恒次 1996 行動科学からみた健康と病気, メヂカルフレンド社.
- 村松功雄 1962 妊産婦の生活と心理, いぶき社.
- 小川隆他監修 1989 行動心理ハンドブック, 培風館.
- 大向日雅美 1988 母性の研究, 川島書店.
- Richard S. Lazarus & Susan Folkman 1984 Stress, Appraisal, and Coping (本明 寛他訳 1996 ストレスの心理学, 実務教育出版.)
- Spielberger, C.D., 1970 Manual for the state-trait anxiety inventory (宮本美沙子編 1991 新・児童心理学講座 情緒と動機づけの発達, 金子書房.)
- 氏家達夫 1996 親になるプロセス, 金子書房.
- 渡部雅之他 1996 乳幼児を持つ母親の心的特性に関する研究 — 「母親であること」の人格的成熟と親の特性の夫婦間補完性について —, 滋賀大学教育学部紀要 人文科学・社会科学, 46: 49-66.
- 渡邊典子他 1997 妊婦が感じている不安・問題の内容と対処方法, 母性衛生 Vol.38(2).

## 【追記】

本論文は、平成10年度、佛教大学教育学部（社会教育学科）研究員としての研究成果の一部である。また、平成10年度文部省の科学研究費；奨励研究A（研究課題番号10771394）の補助を本著者、眞鍋えみ子が受け、本研究成果はその一部ともなる。また、本研究は分析及び作成にあたり、教育学部杉田千鶴子教授の下でおこなわれた。

論文の作成にあたり、調査にご協力いただきました京都府立医科大学附属病院周産期診療部のスタッフ及び同病院を受診されたお母さんたちに心から感謝いたします。データの分析では佛教大学心理学計算機室の利用によりお世話になりました。

(まなべ えみこ 佛教大学教育学部研究員・京都府立医科大学医技術短期大学部)

(すぎた ちづこ 社会教育学科)

1998年10月14日受理